



普通とちょっと違う？

## アサリのパスタ

by 山田さん

### 〈材料〉

- ・アサリの剥き身
- 1人前 80g~100g 位
- ・パスタ (1.4 ミリ)
- ・ニンニク 1片
- ・オリーブオイル
- ・塩
- ・胡椒
- ・イタリアンパセリ



by 福井さん

### 〈作り方〉

- 1 アサリはまな板の上で、包丁で叩いて細かくしておく。つぶつぶ感を残すくらい。ニンニクはすりおろしておく。
- 2 別でパスタを茹でる。
- 3 フライパンにすりおろしニンニク、アサリ、ひたひたとする位のオリーブオイルをかけ、中火で加熱、アサリが白っぽくなるまで、かき混ぜ炒める。
- 4 塩、胡椒をプラス、茹で上がったパスタと合わせてすぐ火を止める。グリグリ早くかき混ぜる。
- 5 皿にもり、仕上げにみじん切りしたイタリアンパセリをまぶして完成！

### 〈シェフのコメント〉

オイルっ気がもう少し欲しい時は追いオイルを。  
塩の量気をつけて！  
濃厚なアサリのソースで味わいます。  
醤油一滴、焼き海苔ちぎって、和風にも。  
鷹の爪、白ワインは使いません。  
白ワインがあったら、飲みましょう  
トマトとレタスとキュウリをオリーブオイル、  
塩、胡椒、レモン絞ったサラダとともに。  
野菜食べましょう！！お試しあれ。

### 〈中村さんのレビュー〉

アサリの剥き身が無かったため、  
殻付きを使用しました。  
アサリの塩抜きは、  
50° くらいのお湯で行うと  
最短の 15 分でできることを  
初めて知りました！  
時短のできるのにおすすめです。

